

„Desatero“ pomoci

Co může udělat každý z nás?

1. Zachovejme chladnou hlavu. Než začnete sami organizovat pomoc, podívejte se, zda neexistuje jiná iniciativa se stejným záměrem, která již pomáhá. Využijte koordinačních platforem, například na adrese www.stojimezaukrajinou.cz. Hledejte způsoby, jak se propojit s ostatními. Společně máme mnohem větší sílu i možnosti.
2. Podpořme Ukrajinu finančně. Mnoho organizací spustilo peněžní sbírky, mezi nimi například [Člověk v tísni](#), [Paměť národa](#) nebo [Diecézní charita](#). Přispějte jakékoliv organizaci, které věříte. Podpořit lze také přímo armádu Ukrajiny.
3. Bojujme proti dezinformacím. Nečerpejte informace jen ze sociálních sítí, ověřujte si zdroje a nepodléhejte senzacím. Jsme v dezinformační válce a pod útokem lživých zpráv. Šířte jen ověřené informace!
4. Zapojme se podle svých možností do humanitární pomoci. Můžete nabídnout třeba ubytování lidem přicházejícím z Ukrajiny (například prostřednictvím [Správy uprchlických zařízení](#)). Hledejte informace od neziskových organizací a státní správy o dalších možnostech pomoci.
5. Mysleme i na sebe. V podobné situaci může každý z nás cítit strach nebo úzkost. Dbejte na své fyzické i duševní zdraví. Pokud se v tuto chvíli nemůžete zapojit do jakékoliv formy pomoci, nemějte z toho špatný pocit.
6. Nebojme se vyjádřit veřejně svůj názor. Účastněte se shromáždění na podporu Ukrajiny i proti Putinově agresi. Tato setkání jsou pro všechny významnou morální podporou. Dejme agresorovi jasně a důrazně najevo, že jeho jednání odsuzujeme.
7. Podpořme naše politiky. Dejte politikům vědět, jak moc vám záleží na urychlené finanční, vojenské i humanitární pomoci Ukrajině. Povzbudte je v tom, aby Česká republika v této těžké situaci obstála co nejlépe. Chceme být tahounem solidarity, boje za demokracii i dobrým příkladem ostatním státům.
8. Hlavu vzhůru. Zůstaňme jednotní a zvítězíme. Jsme v tom všichni společně.